

# **PERKEMBANGAN EMOSI : EMOSI REMAJA DAN PEMBENTUKAN KONSEP KENDIRI**

## **(Part 9)**

Azizi Hj Yahaya

### **3.2 Perkaitan antara Emosi, Perasaan dan Sikap**

Azizi et. al., (2005) mendefinisikan sikap sebagai perasaan dan tanggapan seseorang itu kepada sesuatu adalah berdasarkan pengalaman seseorang atau pemerhatiannya yang menyebabkan ia menyukai atau sebaliknya dan sebagainya terhadap perkara tersebut. Perasaan juga dinyatakan sebagai salah satu daripada tiga elemen penting di dalam sikap selain daripada pemikiran dan tingkah laku. Sementara perasaan tergolong dalam komponen afektif yang melibatkan emosi sama ada positif atau negatif ke atas sesuatu. Azizi et. al., (2005) juga menyatakan perasaan juga disebut sebagai emosi yang sering menguasai diri. Dari kenyataan-kenyataan di atas dapat dilihat perkaitan yang erat di antara emosi dan perasaan membentuk maksud atau definisi sikap.

Perasaan negatif mendorong seseorang itu kepada kemunduran diri, tidak cemerlang dan tidak berwawasan dalam hidup. Perasaan negatif perlu dikikis dari jiwa remaja seperti perasaan rendah diri, kurang keyakinan diri kerana semua orang berhak untuk berjaya dan pupuklah semangat ingin bersaing bagi mencapai kecemerlangan diri. Azizi juga telah menyarankan tiga perasaan yang perlu dikikis dari individu remaja iaitu perasaan rendah diri, perasaan tidak mahu mengakui kelemahan diri dan perasaan mudah berpuashati, tidak mahu berubah atau berganjak kepada jalan kejayaan. Para remaja diingatkan supaya bertindak menghapuskan perasaan-perasaan tersebut dengan perasaan yang lebih positif seperti perasaan ingin bersaing mencapai kecemerlangan, perasaan ingin mengetahui dan mempertingkatkan kredibiliti serta karisma diri serta berusaha mengubah nasib dan keluar dari zon selesa mereka.

CONTINUE...